

9월 하남시 정신건강복지센터 사업계획

<정신건강증진사업>

1. 정신건강의학과 의사 일반상담

- 일 정 : 2019년 9월 매주 화요일
(3일,17일 13:30~16:00, 10일,24일 14:00~16:00)
- 장 소 : 하남시 정신건강복지센터 상담실
- 대 상 : 하남시민
- 내 용 : 우울증, 불안, 치매, 아동, 청소년 상담, 스트레스 상담

2. 운영위원회의

- 일 정 :
- 장 소 : 하남시 보건소
- 대 상 : 하남시 정신보건 사업 운영위원 10명
- 내 용 : 월별 사업 실적 및 계획 안내 및 사업진행 관련 논의

3. 하남시민 스트레스 검사

- 일 정 : 2019. 9월중 상시
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 스트레스관리실
- 대 상 : 하남시민
- 내 용 : 생체신호활력 분석기를 이용한 스트레스 측정 및 상담

4. 산전.후 우울예방 검사

- 일 정 : 2019년 9월중 상시
- 장 소 : 하남시 보건소 모자보건실, 정신건강복지센터
- 대 상 : 하남시민
- 내 용 : 산전.후 우울검사 실시

5. 정신건강 프로그램

- 일 정 : 2019. 9. 5.(목) 13:00 ~ 15:00
- 장 소 : 군부대
- 대 상 : 부대직원
- 내 용 : 관계향상 프로그램

6. 홍보

- 일 정 : 9월중 상시
- 장 소 : 하남시 정신건강복지센터
- 대 상 : 하남시민

- 내 용 : 홍보활동, 홈페이지 관리, 보도자료, 홍보물 제작, 기타 홍보업무

7. 임산부 출산준비교실(다소미 프로그램)

- 일 정 : 2019. 9. 5, 19, 26 (목) 10:00 ~ 12:00
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 주간재활실
- 대 상 : 하남시민
- 내 용 : 임산부 산전 교육, 산전.후 우울예방교육

8. 정신건강 캠페인(이성산성문화축제)

- 일 정 : 2019. 9. 28.(토) 09:00 ~ 17:00
- 장 소 : 이성산성
- 대 상 : 하남시민
- 내 용 : 센터 홍보, 성인 우울검사 및 스트레스 검사 실시

<중증정신질환관리사업>

1. 주간재활프로그램 「오·색·빛」

- 일 정 : 2019. 9. 2. ~ 9. 30 매주 월 - 금 (시간표 참조)
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 주간재활실
- 대 상 : 주간재활프로그램 참여 회원 25명
- 내 용 : 사회기술훈련 및 스트레스 관리, 여가활용 등 통합 재활치료 프로그램

요일 시간	월요일	화요일	수요일	금요일
09:40 - 10:00	건강체조	건강체조	건강체조	/
10:10 - 11:00	공동체회의	생활체육	공예	
11:10 - 12:00	미술치료	사물북	웃음치료	
12:00 - 13:30	점심식사	피닉스 음악동아리	/	
13:30 - 14:20	음악치료			
14:30 - 15:20	탁구교실			
15:30 - 16:00	자치회의			
				동아리활동 (첫째, 셋째주)
				동아리문화활동 (둘째, 넷째주)

2. 피닉스 음악 동아리활동

- 일 정 : 2019. 9. 3 ~ 09. 24 매주 화
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 프로그램실
- 대 상 : 주간재활 참여회원 중 동아리 활동 욕구 있는 회원 (25명 내외)
- 내 용 : 악기 연주 연습 및 노래연습

3. 「오·색·빛」 문화활동 프로그램

- 일 정 : 2019. 9. 27(금) 14:00 ~ 16:00
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 주간재활실 및 교육실, 스타필드
- 대 상 : 주간재활 참여회원 중 문화 활동 욕구 있는 회원 (25명 내외)
- 내 용 : 여가활용 및 문화체험을 위한 영화(영상) 상영

4. 「오·색·빛」 동아리활동

- 일 정 : 2019. 9. 6(금) / 2019. 9. 20 (금) 14:00 ~ 16:00
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 주간재활실
- 대 상 : 주간재활 참여회원 중 동아리 활동 욕구 있는 회원 (25명 내외)
- 내 용 : 독서 토론 및 신문을 통한 사회 이슈 토론

5. 재가모임 「도란도란」

- 일 정 : 2019. 9. 19.(목) 09:00 ~ 18:00
- 장 소 : 강원도 춘천시 일대
- 대 상 : 정신건강복지센터 등록 재가회원 10명
- 내 용 : 가을 나들이

6. 직업적응훈련 「봄길」

- 일 정 : 2019. 9. 2.(월) ~ 9. 30.(월) 주 5회, 일 2시간
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터
- 대 상 : 취업욕구 있는 직업적응훈련 선발회원 4명
- 내 용 : 직무기술향상 및 사회성훈련 (사무보조, 손님응대, 환경미화 등)

7. 취업 전 교육 「봄맞이 교실」

- 일 정 : 미정
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 회의실
- 대 상 : 취업욕구 있는 회원들을 대상으로 진행되는 취업 전 교육
- 내 용 : 취업 전 교육을 통한 취업 욕구와 적성 파악 및 취업 준비

8. 가족교육 「라운누리」

- 일 정 : 2019. 9. 19.(목) 09:00 ~ 18:00
- 장 소 : 강원도 춘천시 일대
- 대 상 : 정신건강복지센터 등록 회원 및 가족 20명
- 내 용 : 가족과 함께 하는 가을 나들이

9. 조기정신증 특화 프로그램 「소·나·기」

- 일 정 : 2019. 9. 4.(화) ~ 9. 27(금)
(매주 수 13:00 ~ 15:00, 금 15:00 ~ 17:00)
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 교육실
- 대 상 : 하남시정신건강복지센터 20~30대 등록회원
- 내 용 : 청년기 마음건강 프로그램: 소중한 나의 이야기
(마음돌봄 연습과 마음챙김 연습)
- 강 사 : 정애자(전북대학교 의과대학 명예교수, 심리학 박사, 임상심리전문가)
이석호(임상심리전문가)

10. 2019년 캠프 「동행 ; 함께 길을 가다」

- 일 정 : 2019. 9. 19(목)
- 장 소 : 강원도 춘천시 의암호 스카이워크
강원도 춘천시 강촌레일파크
- 대 상 : 하남시정신건강복지센터 등록회원 및 가족 40여명 내외
- 내 용 : 가족과 함께하는 가을 여행

<자살예방사업>

1. 정신건강 핫라인

- 일 정 : 2019년 9월 중 상시
- 장 소 : 정신건강상담전화 1577-0199(24시간), 자살예방상담전화 1393(24시간)
하남시정신건강복지센터
- 대 상 : 자살사고자, 자살시도자 및 가족, 친구, 지역주민
- 내 용 : 위기상황에서 전화 상담을 통해 도움을 청하여 자살위기 심각성을 판단하여 적절한 서비스를 받을 수 있도록 한다.

2. 위기상황개입 상담 평가

- 일 정 : 2019년 9월 중 상시
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터
- 대 상 : 자살 사고자, 자살 시도자
- 내 용 : 위기상황 발생 시 전문요원과의 상담 진행 후
각 대상자별 관리 구분 후 서비스 안내

3. 심층 평가 및 상담

- 일 정 : 2019년 9월 중 상시
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터
- 대 상 : 의뢰자 및 위험군 발굴시 위험군으로 사정된 자
- 내 용 : 전문의/전공의 및 전문요원과의 상담

4. 생명사랑 치료비 지원

- 일 정 : 2019년 9월 중 상시
- 장 소 : 하남시자살예방센터
- 대 상 : 자살고위험군, 노인 우울증
- 내 용 :
 - 자살고위험군에 대한 치료비 및 진료비, 약제비 지원
 - 노인 우울증 치료에 대한 치료비 및 진료비, 약제비 지원

5. 게이트키퍼 양성(교육) 사업

	일시	장소	대상	인원	강사
1	9월 11일 14:30~16:10	남한중학교	청소년	10명	정국진
2	9월 18일 13:50~14:40	미사강변고등학교	청소년	10명	정국진
3	9월 19일 16:00~17:00	센터 내	직장인	20명	오경미
4	미정	신평중학교	청소년	10명	정국진
5	미정	경영고등학교	청소년	10명	정국진

6. 게이트키퍼 관리 사업

- 일 정 : 2019년 9월 중
- 대 상 : 경기도게이트키퍼 홈페이지 내 등록된 하남시 게이트키퍼 인원 440명
- 내 용 : 게이트키퍼 양성(교육) 사업 시 게이트키퍼로 등록된 인원의 자격 유지 및 관리를 위한 SMS/MMS, E-mail 발송
- 담당자: 노태곤 정신건강사회복지사

7. 자살예방기본교육

	일시	장소	대상	인원	강사
1	미정	미정	미정	미정	미정

8. 노인자살예방교육

	일시	장소	대상	인원	강사
1	2018.09.18. 13:00~14:00	미사4단지 리슈빌 APT	노인	20명	박은영

- 강 사 : 박은영 (하남시정신건강복지센터)
- 내 용 : 노인 자살예방교육

9. 우리동네 마음사업 협약식

	일시	기관	소재지

1	미정	미정	미정
---	----	----	----

10.우리동네 마음쉼터 우울검사(성인, 노인)

- 일 정 : 2019년 9월 중 상시
- 장 소 : 미사2동행정복지센터 2층 마음쉼터
- 대 상 : 하남시민
- 내 용 : 성인, 노인 우울검사 실시

11. 교산지구 정신건강관리사업

- 일 정 : 2019년 9월 중
- 장 소 : 교산지구 경로당
- 대 상 : 경로당 이용자
- 내 용 :
 - 스트레스 측정기기(옵니핏) 활용하여 정신건강 검사 및 상담 실시
 - 정신건강관리 프로그램 운영

12. 교산지구 정서지원프로그램(예정 입니다.)

- 일 정 : 2019년 9월 중
- 장 소 : 교산지구 경로당
- 대 상 : 경로당 이용자
- 내 용 : 실버체조프로그램 예정

13.자살예방 캠페인

	일시	장소	대상	인원	비고
1	2019.09.27. (금) 14:00~16:00	하남시 장애인복지관	하남시민	00	

14. 우리동네 마음쉼터 ‘민들레’ 자조모임

- 일 정 : 2019. 9. 2.(월) ~ 9. 30(월)
(매주 월 10:00 ~ 12:00)
- 장 소 : 미사2동행정복지센터 2층 마음쉼터
- 대 상 : 하남 미사지구 시민 15명
- 내 용 : 스트레스해소활동(난타), 마음나눔
- 담당자: 정다솔 정신건강사회복지사

<아동청소년 정신건강사업>

1. 아동 선별검사

- 일 정 : 2019년 9월 중 상시
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터
- 대 상 : 미취학 ~ 19세 아동 대상
- 내 용 : 선별검사를 통한 아동청소년 정신건강문제의 조기발견 및 상담연계

2. 아동 사례관리

- 일 정 : 2019년 9월 중 상시
- 장 소 : 하남시정신건강복지센터 및 가정방문
- 대 상 : 하남시정신건강복지센터 등록 아동 대상
- 내 용 : 센터에 등록되어 있는 아동/청소년 회원 및 부모 증상관리 및 일상생활 확인

3. 아동 청소년 정서행동평가 의뢰대상 심층검사

- 대 상 : 하남시 초1, 초4, 중1, 고1 학생
- 내 용 : 학교에서 정서행동평가 전수조사 후 고위험군에 대하여 센터 심층검사 상담 진행

4. 생명존중 프로그램

	일시	장소	대상	인원
1	2019. 9. 4(수) 09:10 ~ 12:20	나물초등학교	5학년	130명
2	2019. 9. 16(월) 10:50 ~ 12:20	산곡초등학교	5학년	12명
3	2019. 9. 17(화) 09:10 ~ 10:40	산곡초등학교	6학년	27명
4	2019. 9. 20(금) 09:10 ~ 12:20	청아초등학교	6학년	120명
5	2019. 9. 20(금) 13:00 ~ 14:20	망월초등학교	6학년	120명
6	2019. 9. 23(월) 09:10 ~ 12:20	미사강변초등학교	6학년	240명
7	2019. 9. 27(금) 13:00 ~ 14:20	망월초등학교	6학년	120명

- 강 사 : 박유민, 정국진 (하남시정신건강복지센터)
- 내 용 : 생명사랑교육

5. 생명사랑 틈틈이교실

	일시	장소	대상	인원
--	----	----	----	----

1	2019. 9. 17(화) 10:50 ~ 11:30	산곡초등학교	4학년	19명
---	---------------------------------	--------	-----	-----

- 강 사 : 정국진 (하남시정신건강복지센터)
- 내 용 : 우울 및 자살예방 교육

6. 정신건강교육

	일시	장소	대상	인원
1	미정	천현초등학교	교사	20명

- 강 사 : 미정
- 내 용 : 상담현장에서 필요한 상담기법

7. 문화행사

	일시	장소	대상	인원
1	2019. 9. 2(월) 10:00 ~ 11:00	동부초등학교	동부초 1,2학년	220명
2	2019. 9. 9(월) 10:00 ~ 11:00	하남초등학교	하남초 1,2학년	200명
3	2019. 9. 26(목) 10:00 ~ 11:00	신장초등학교	신장초 2학년	77명
4	2019. 9. 27(금) 09:00 ~ 10:00	청아초등학교	청아초 1학년	210명
5	2019. 9. 27(금) 10:00 ~ 11:00	산곡초등학교	산곡초 1,2학년	35명

- 강 사 : 인형극단 반디, 인형극단 콜럼버스
- 내 용 : 학교폭력예방 인형극

8. 심리치료프로그램

	일시	내용	대상	인원
1	2019. 9. 17. ~ 10. 31. (매주 화, 목요일) 16:00 ~ 18:00	사회성증진 자존감향상	초등학교 고학년	6명
2	2019. 9. 3. (화요일) 16:00 ~ 18:00	놀이치료	초등학교 저학년	6명

- 강 사 : 강세린 정신건강사회복지사
한새미 놀이심리상담사(아동청소년상담센터 맑음)

○ 내 용 : 사회성 증진 및 자존감 향상 / 사회성 향상